



<i>Меню на 16.03.2023 года</i>			
<i>ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!</i>			
<i>11-18 ЛЕТ</i>			
<i>Наименование блюда</i>	Выход	Цена	Белки
<i>Обед</i>			
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300		1,14
КОТЛЕТА "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	100		10,46
РИС ОТВАРНОЙ	180		8,45
БУЛОЧКА С САХАРОМ	60		4,20
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	200		0,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67
Итого:	933	102,89	36,20

--

Жиры	Углеводы	Ккал

8,44	6,56	106,83
2,25	6,58	88,39
6,65	38,07	247,24
6,70	27,80	189,00
0,16	18,89	77,64
0,96	59,04	282,00
0,40	14,01	70,34
25,56	170,95	1061,44